



Detta är ett lågkalorirecept, vilket kan innebära att allt i förpackningen inte används. Följ receptet noggrant för att varje portion ska hålla sig under 550 kcal.



Notera att ingredienser kan avvika från receptbilden

## Nudelsallad med fläskkotlett, chilidressing och koriander

### Nudelsallad

Äggnudlar 125 g  
Morot 2 st  
Rödlök 1 st  
Koriander 20 g  
● Olja 1 tsk

### Dressing

Lime 1 st  
Röd chili ½-1 st  
Vitlök 1 klyfta  
Soja- och ingefärssås 1 förp  
Fisksås ½ msk  
● Vitvinsvinäger 1 tsk  
● Socker 1 tsk

### Fläskkotlett

Fläskkotlett 300 g  
● Olja 1 tsk  
● Salt 2 krm

### Att ha hemma ●

Olja, Salt, Socker,  
Svartpeppar,  
Vitvinsvinäger

**1. Nudelsallad:** Koka äggnudlar enligt anvisning på förpackningen. Häll av och spola kallt, lägg i en salladsskål.

**2. Förberedelser:** Finhacka röd chili (se tips). Skala morot. Halvera morot på längden och skär i tunna sneda skivor. Klyfta rödlök tunt. Tvätta lime i ljummet vatten och finriv skalet. Klyfta limen och spara till servering. Skär fläskkotlett i tunna strimlor.

**3. Dressing:** Lägg chili, limeskal och pressad vitlök i en skål. Blanda med soja- och ingefärssås, fisksås, vitvinsvinäger och socker. Häll dressingen (spara ca 1 msk till fläskkotletten) över nudlarna i salladsskålen.

**4. Nudelsallad:** Hetta upp neutral olja i en stekpanna. Fräs morot och rödlök ca 2 min. Krydda med lite salt och lägg allt i salladsskålen. Spara stekpannan.

**5. Fläskkotlett:** Hetta upp neutral olja i den använda stekpannan. Stek det strimlade köttet ca 5 min, tills det är helt genomstekt. Krydda med salt och lite nymald svartpeppar. Avsluta med att hälla över den sparade dressingen och låt koka in.

**6. Servera nudelsallad med fläskkotlett och limeklyfta. Toppa med koriander.**

**TIPS!** Tänk på att chili kan variera i styrka, smaka dig fram till lagom hetta!